।। ওঁ শ্রী পরমাত্মনে নমঃ।।

।। অথ ষষ্ঠোহধ্যায়ঃ।।

সংসারে ধর্মের নামে ভিন্নভিন্ন রীতি-নীতি, পূজা- পদ্ধতি, সম্প্রদায়ের বাহুল্য হলে, কুরীতি শান্ত করে এক ঈশ্বরের স্থাপনা এবং তার প্রাপ্তির প্রক্রিয়াকে প্রশস্ত করবার জন্য মহাপুরুষের আবির্ভাব হয়। ক্রিয়া পরিত্যাগ, নিজেকে জ্ঞানী বলে পরিচয় দেওয়ার ভণ্ডামী কৃষ্ণের কালেও অত্যন্ত ব্যাপক ছিল। সেই জন্য বর্তমান অধ্যায়ের প্রারম্ভেই যোগেশ্বর শ্রীকৃষ্ণ এই বিষয়ে চতুর্থবার বললেন যে, জ্ঞানযোগ এবং নিষ্কাম কর্মযোগ উভয়ের অনুসারেই কর্ম করতেই হবে।

দ্বিতীয় অধ্যায়ে তিনি বলেছিলেন- অর্জুন! ক্ষত্রিয়ের জন্য যুদ্ধ থেকে শ্রেষ্ঠ কল্যাণকর আর কোন পথ নেই। এই যুদ্ধে পরাজিত হলে দেবত্ব এবং জয়লাভ করলে মহামহিম স্থিতিলাভ করবে-এইরূপ চিন্তা করে যুদ্ধ কর। অর্জুন! এই বুদ্ধি তোমার জন্য জ্ঞানযোগের বিষয়ে বলা হয়েছে। সেটা কোন বুদ্ধি? এই যে যুদ্ধ কর। জ্ঞানযোগে যে কর্ম করতে হয় না, তা নয়। জ্ঞানযোগে কেবল নিজের লাভ-লোকসানের বিচার করে, নিজের শক্তি সম্বন্ধে সজাগ থেকে কর্মে প্রবৃত্ত হতে হবে; যদিও প্রেরক মহাপুরষই। জ্ঞানযোগে যুদ্ধ অনিবার্য।

তৃতীয় অধ্যায়ে অর্জুন জিজ্ঞাসা করেছিলেন যে, ভগবন্! নিষ্কাম কর্মযোগ অপেক্ষা জ্ঞানযোগ যদি শ্রেষ্ঠ বলে আপনার অভিমত, তাহলে আমাকে ঘোর কর্মে কেন নিযুক্ত করছেন? নিষ্কাম কর্মযোগ অর্জুনের কঠিন বলে মনে হচ্ছিল। এই প্রসঙ্গে শ্রীকৃষ্ণ বললেন যে, এই দুটি সিদ্ধান্ত আমার দ্বারা বলা হয়েছে, কিন্তু কোন পথেই কর্মত্যাগ করে চলবার বিধান নেই। কর্ম আরম্ভ না করে কেউ পরম নৈষ্কর্ম্যের স্থিতিলাভ করতে পারে না এবং ক্রিয়া আরম্ভ করে তা ত্যাগ করে দিলেও কেউ পরমসিদ্ধি লাভ করতে পারে না। উভয় মার্গেই নিয়ত কর্ম, যজ্ঞের প্রক্রিয়া করতেই হয়।

এখন অর্জুন উত্তমরূপে বুঝেছেন যে জ্ঞানমার্গ ভাল লাগুক অথবা নিষ্কাম কর্মযোগ, উভয় দৃষ্টিতেই কর্ম করতে হবে; এর পরেও পঞ্চম অধ্যায়ে তিনি প্রশ্ন করেছিলেন যে, ফলের দিক্ দিয়ে কোন্‌টা শ্রেষ্ঠ? কোনটা সুবিধাজনক? শ্রীকৃষ্ণ বলেছেন- অর্জুন! দুটিই পরমশ্রেয় প্রদান করে। দুটিই এক স্থানে পৌঁছায়, তবুও সাংখ্য অপেক্ষা নিষ্কাম কর্মযোগ শ্রেষ্ঠ, কারণ নিষ্কাম কর্মের আচরণ না করে কেউ সন্ন্যাসী হতে পারে না। দুই মার্গেই কর্ম একটাই। অতএব স্পষ্ট হ'ল যে, সেই নির্ধারিত কর্ম না করে কেউ সন্ন্যাসী হতে পারে না এবং না কেউ যোগীই হতে পারে। কেবল এই পথের পথিকের দুটি দৃষ্টিকোণ, যা' পূর্বেই বলা হয়েছে।

শ্রীভগবানুবাচ

অনাশ্রিতঃ কর্মফলং কার্যং কর্ম করোতি যঃ।

স সন্ন্যাসী চ যোগী চ ন নিরগ্নির্ন চাক্রিয়ঃ।।১।।

শ্রীকৃষ্ণ মহারাজ বললেন- অর্জুন! কর্মফলের আশ্রয় না করে অর্থাৎ যিনি কর্ম করবার সময় কোন প্রকার কামনা করেন না, '**কার্যম্ কর্ম**'- করণীয় প্রক্রিয়া বিশেষের অনুষ্ঠান করেন, তিনিই সন্ন্যাসী, তিনিই যোগী। যিনি কেবল অগ্নিত্যাগ করেছেন এবং ক্রিয়াত্যাগ করেছেন, তিনি সন্ন্যাসী বা যোগী নন। ক্রিয়ার সংখ্যা অনেক। তার মধ্যে থেকে '**কার্যম্ কর্ম**'- করবার যোগ্য ক্রিয়া, '**নিয়ত কর্ম**'- নির্ধারিত কোন ক্রিয়া-বিশেষ আছে। তা' হ'ল, যজ্ঞের প্রক্রিয়া। যার শুদ্ধ অর্থ হ'ল আরাধনা, যা' আরাধ্যদেব লাভ করবার বিধি-বিশেষ। তাকে কার্যরূপ দেওয়া কর্ম। যিনি এই কর্মের অনুষ্ঠান করেন, তিনিই সন্ন্যাসী, তিনিই যোগী। যারা অগ্নিত্যাগী বলে যে, 'আমরা অগ্নি স্পর্শ করি না' অথবা কর্মত্যাগী বলে যে, 'আমাদের কর্ম করবার দরকার নেই, আমরা আত্মজ্ঞানী'।–কর্ম আরম্ভ না করে যারা এরূপ বলে, করণীয় ক্রিয়া-বিশেষের আচরণ করে না, তারা সন্ন্যাসীও নয়, যোগীও নয়। এই প্রসঙ্গে আরও দেখুন–

যং সন্ন্যাসমিতি প্রাহুর্যোগং তং বিদ্ধি পাণ্ডব।

ন হ্যসন্ন্যস্তসঙ্কল্পো যোগী ভবতি কশ্চন।।২।।

অর্জুন! যা'কে 'সন্ন্যাস' এইরূপ বলা হয়, তাকেই তুমি যোগ বলে জানবে; কারণ সঙ্কল্প ত্যাগ না করলে কোন পুরুষ যোগী অথবা সন্ন্যাসী কোনটাই হতে পারেন না অর্থাৎ কামনা-ত্যাগ উভয়মার্গীর জন্য আবশ্যক। তাহলে তো ভালই, বলে দিই যে, আমি সঙ্কল্প করি না, তাহলেই যোগী-সন্ন্যাসী। হয়ে যাবে, শ্রীকৃষ্ণ বলছেন, এরূপ হয় না–

আরুরুক্ষোর্মুনের্যোগং কর্ম কারণমুচ্যতে।
যোগারূঢস্য তস্যৈব শমঃ কারণমুচ্যতে।। ৩।।

যোগে আরোহণ করতে ইচ্ছুক মননশীল পুরুষের জন্য যোগের প্রাপ্তির জন্য কর্মানুষ্ঠানই কারণ এবং যোগের অনুষ্ঠান করতে করতে যখন তা পরিণাম দেওয়ার স্থিতিতে আসে, সেই যোগারূঢ়ত্বে '**শমঃ কারণম্ উচ্যতে**'- সকল সঙ্কল্পের অভাবই কারণ। এর পূর্বে সঙ্কল্পের হাত থেকে রেহাই পাওয়া যায় না, এবং–

যদা হি নেন্দ্রিয়ার্থেষু ন কর্মস্বনুষজ্জতে।
সর্বসঙ্কল্পসন্ন্যাসী যোগারূঢস্তদোচ্যতে।।৪।।

যে কালে পুরুষ ইন্দ্রিয়ভোগে আসক্ত হন না এবং কর্মেও আসক্ত হন না (যোগের পরিপক্ক অবস্থাতে পৌঁছানোর পর কর্ম করে আর কার খোঁজ করা হবে? অতএব নিয়ত কর্ম আরাধনার আর প্রয়োজন হয় না, সেইজন্য তিনি আর কর্মে আসক্ত হন না।), সেই সময় '**সর্বসঙ্কল্প সন্ন্যাসী**'- সর্বসঙ্কল্পের অভাব দেখা দেয়। একেই বলে সন্ন্যাস এই হল যোগারূঢ়ত্ব। পথে সন্ন্যাস বলে কিছুই নেই। এই যোগারূঢ়ত্বে কি লাভ?–

উদ্ধরেদাত্মনাত্মানং নাত্মানমবসাদয়েৎ।
আত্মৈব হ্যাত্মনো বন্ধুরাত্মৈব রিপুরাত্মনঃ।।৫।।

অর্জুন! মানুষের কর্তব্য এই যে নিজেই নিজেকে উদ্ধার করবে। আত্মার যাতে অধোগতি না হয়; কারণ এই জীবাত্মা স্বয়ং নিজের বন্ধু আবার স্বয়ং নিজের শত্রুও। কখন শত্রু হয় ও কখন মিত্র হয়? এই প্রসঙ্গে বলছেন–

বন্ধুরাত্মাত্মনস্তস্য যেনাত্মৈবাত্মনা জিতঃ।
অনাত্মনস্তু শত্রুত্বে বর্তেতাত্মৈব শত্রুবৎ।। ৬।।

যে জীবাত্মা দ্বারা মন এবং ইন্দ্রিয়সমূহ সহিত দেহ জয় করা হয়েছে, তার জন্য তারই জীবাত্মা বন্ধু এবং যার দ্বারা মন এবং ইন্দ্রিয়সমূহ সহিত দেহ জয় করা হয়নি, তার জন্য শত্রু সে স্বয়ং।

উপরোক্ত দুটি শ্লোকেই শ্রীকৃষ্ণ একটা কথাই বললেন যে, নিজের আত্মাকে নিজেই উদ্ধার করুন, তাকে অধোগতিতে নিয়ে যাবেন না; কারণ আত্মাই বন্ধু। এই সৃষ্টিতে অন্য কেউ শত্রু বা বন্ধু নয়। কিরূপে? যিনি মন ও ইন্দ্রিয়সমূহ জয় করেছেন, তাঁর জন্য তাঁর আত্মাই বন্ধুর মত ব্যবহার করে, পরমকল্যাণকর এবং যিনি মন ও ইন্দ্রিয়সমূহ জয় করেননি, তাঁর জন্য তাঁর আত্মাই শত্রুর মত ব্যবহার করে, নীচ যোনি এবং যাতনার দিকে নিয়ে যায়। প্রায়ই লোকে বলে- 'আমি তো আত্মা।' গীতাশাস্ত্রে বলেছে, "একে শস্ত্র ছেদন করতে পারে না, অগ্নি দাহ করতে পারে না, বায়ু শুষ্ক করতে পারে না। আত্মা নিত্য, অমৃতস্বরূপ, শাশ্বত, অপরিবর্তশীল এবং সেই আত্মা আমাতেই বিদ্যমান।" তারা গীতাশাস্ত্রের এই পংক্তিগুলি লক্ষ্য করে না যে আত্মা অধোগতিতেও যায়। আত্মার উদ্ধারও হয়, যার জন্য '**কার্যম্ কর্ম**'- করণীয় প্রক্রিয়ার আচরণ করলেই উপলব্ধি হয় বলা হয়েছে। এখন অনুকূল আত্মার লক্ষণ দেখুন–

জিতাত্মনঃ প্রশান্তস্য পরমাত্মা সমাহিতঃ।

শীতোষ্ণসুখদুঃখেষু তথা মানাপমানয়োঃ।। ৭।।

শীত ও উষ্ণে, সুখ ও দুঃখে এবং মান ও অপমানে যাঁর অন্তঃকরণের বৃত্তিসমূহ শান্ত, এইরূপ স্বাধীন আত্মা যাঁর, তাঁর মধ্যে পরমাত্মা সদা স্থিত। কখনও পৃথক্ হন না। 'জিতাত্মা' অর্থাৎ যিনি মন ও ইন্দ্রিয়সমূহ জয় করেছেন, বৃত্তি পরমশান্তিতে প্রবাহিত। (একেই আত্মার উদ্ধারের অবস্থা বলে।) আরও বললেন–

জ্ঞানবিজ্ঞানতৃপ্তাত্মা কুটস্থো বিজিতেন্দ্রিয়ঃ।

যুক্ত ইত্যুচ্যতে যোগী সমলোষ্টাশ্মকাঞ্চনঃ।। ৮।।

যাঁর অন্তঃকরণ জ্ঞান ও বিজ্ঞানে তৃপ্ত, যাঁর স্থিতি অচল, স্থির এবং নির্বিকার, যিনি বিশেষরূপে ইন্দ্রিয়সমূহ জয় করেছেন, যাঁর দৃষ্টিতে মাটি, পাথর ও সোনা এক, এইরূপ যোগীকে 'যুক্ত' বলা হয়। যুক্তের অর্থ যোগে সংযুক্ত। একেই বলে

যোগের পরাকাষ্ঠা, যোগেশ্বর পঞ্চম অধ্যায়ের শ্লোক সংখ্যা সাত থেকে বারো পর্যন্ত যা'র বর্ণনা করেছেন। পরমতত্ত্ব পরমাত্মার সাক্ষাৎকার এবং সেই সঙ্গে তাঁকে জানাকেই জ্ঞান বলে। সাধক ইষ্ট থেকে যদি এক ইঞ্চি দূরেই থাকে, জানবার ইচ্ছুক, তবুও তাকে অজ্ঞানীই বলে। সেই প্রেরক কিরূপে সর্ব্বব্যাপ্ত? কিরূপে প্রেরণা প্রদান করেন? কিরূপে অনেকগুলি আত্মার একসঙ্গে পথ-প্রদর্শন করেন? কিরূপে তিনি ভূত, ভবিষ্যৎ এবং বর্তমানের জ্ঞাতা? সেই প্রেরক ইষ্টের কার্য-প্রণালীর জ্ঞানই 'বিজ্ঞান'। যেদিন থেকে হৃদয়ে ইষ্টের আবির্ভাব ঘটে, সেদিন থেকেই তিনি নির্দেশ দিতে আরম্ভ করেন; কিন্তু শুরুতে সাধক বুঝতে পারেন না। পরাকাষ্ঠা কালেই যোগী তাঁর আন্তরিক কার্য-প্রণালী সম্পূর্ণভাবে বুঝতে পারেন। এই বোঝার ক্ষমতাকেই বিজ্ঞান বলে। যোগারূঢ় অথবা যুক্ত পুরুষের অন্তঃকরণ জ্ঞান-বিজ্ঞানে তৃপ্ত থাকে। এইরূপ যোগযুক্ত পুরুষের স্থিতির নিরুপণ করে যোগেশ্বর শ্রীকৃষ্ণ পুনরায় বললেন–

সুহৃন্মিত্রার্যুদাসীনমধ্যস্থদ্বেষ্যবন্ধুষু।

সাধুষ্বপি চ পাপেষু সমবুদ্ধির্বিশিষ্যতে।। ৯।।

লাভ করবার পর মহাপুরুষ সমদর্শী ও সমবর্তী হন। যেরূপ পূর্বের শ্লোকে তিনি বলেছেন যে, যিনি পূর্ণজ্ঞাতা অথবা পণ্ডিত, তিনি বিদ্যাবিনয়সম্পন্ন ব্রাহ্মণে, চণ্ডালে, গরু, কুকুর, হাতীতে সমদর্শী হন। এই শ্লোক তারই পুরক। তিনি আন্তরিকতার সঙ্গে পরের উপকার করেন, এরূপ সহৃদয়, মিত্র, শত্রু, উদাসীন, দ্বেষী, বন্ধু, ধর্মাত্মা এবং পাপীদের প্রতিও সমানদৃষ্টিসম্পন্ন যোগযুক্ত পুরুষ অতি শ্রেষ্ঠ। তারা কি করে, না করে, কার্যকলাপের উপর দৃষ্টি দেন না, তাদের ভিতরে যে আত্মা আছে, সেই দিকেই তাঁর দৃষ্টি পড়ে। এদের মধ্যে পার্থক্য কেবল এই দেখেন যে, কেউ কিছু নিম্নতরে দাঁড়িয়ে, কেউ নির্মলতার কাছাকাছি পৌঁছেছেন; কিন্তু সে ক্ষমতা সকলের মধ্যেই আছে। এখানে যোগযুক্তের লক্ষণ পুনরায় পুনরাবৃত্তি করা হয়েছে।

কিভাবে যোগযুক্ত অবস্থা-লাভ করা যায়? কিভাবে যজ্ঞ করা হয়? যজ্ঞস্থলী কিভাবে প্রস্তুত হবে? আসন কেমন হবে? কিরূপে আসনে উপবেশন করা হবে? যজ্ঞকর্তা দ্বারা যে নিয়মগুলি পালন করা হবে, আহার-বিহার, শয়ন-জাগরণে সংযম এবং কর্মচেষ্টা কিভাবে সম্পাদন হবে? এই বিন্দুগুলির উপর যোগেশ্বর শ্রীকৃষ্ণ এর

পরের পাঁচটি শ্লোকে আলোকপাত করেছেন, আপনিও যাতে সেই যজ্ঞ সম্পন্ন করতে সমর্থ হন।

তৃতীয় অধ্যায়ে তিনি যজ্ঞের নাম নিয়ে বলেছেন যে, যজ্ঞের প্রক্রিয়াই সেই নিয়ত কর্ম। চতুর্থ অধ্যায়ে তিনি যজ্ঞের স্বরূপ বিস্তারপূর্বক বলেছেন, যাতে প্রাণের অপানে আহুতি, অপানের প্রাণে আহুতি, প্রাণ-অপানের গতিরোধ করে মনকে নিরুদ্ধ করা হয়। যজ্ঞের শুদ্ধ অর্থ আরাধনা এবং আরাধ্য দেবপর্যন্ত যে প্রক্রিয়ার দ্বারা পৌঁছানো যায়, সেই বিষয়ে পঞ্চম অধ্যায়েও বলা হয়েছে। কিন্তু তার জন্য ভূমি, আসন, করবার বিধি ইত্যাদির সম্বন্ধে বলা বাকী ছিল। তারই উপর যোগেশ্বর শ্রীকৃষ্ণ এখানে আলোকপাত করছেন–

যোগী যুঞ্জীত সততমাত্মানং রহসি স্থিতঃ।

একাকী যতচিত্তাত্মা নিরাশীরপরিগ্রহঃ।। ১০।।

চিত্ত জয় করবার জন্য প্রযত্নশীল যোগী মন, ইন্দ্রিয়সমূহ এবং দেহ সংযত করে, বাসনা ও সংগ্রহরহিত হয়ে, নির্জন স্থানে একাকী চিত্তকে (আত্মোপলব্ধি করবার) যোগক্রিয়াতে নিযুক্ত করবেন। তার জন্য কেমন স্থান হওয়া দরকার ? আসন কিরূপ হবে ?–

শুচৌ দেশে প্রতিষ্ঠাপ্য স্থিরমাসনমাত্মনঃ।

নাত্যুচ্ছ্রিতং নাতিনীচং চৈলাজিনকুশোত্তরম্।। ১১।।

শুদ্ধভূমির উপর কুশ, মৃগচর্ম, বস্ত্র অথবা এর থেকে উত্তরোত্তর (রেশমী, উলের বস্ত্র, তক্তাপোষ যা কিছু হোক) স্থির আসন স্থাপন করবেন। আসন যেন অতি উঁচু বা অতি নিচু না হয়। শুদ্ধভূমির অর্থ হ'ল স্থান যেন পরিষ্কার হয়। ভুমিতে কিছু পেতে নেওয়া উচিত-মৃগচর্ম, মাদুর, বস্ত্র অথবা তক্তাপোষ যা হোক কিছু পেতে নেওয়া উচিত। আসন যেন একটুও না দোলে, স্থিরভাবে 'স্থাপন হয়'। 'পূজ্য মহারাজজী' প্রায় পাঁচ ইঞ্চি উঁচু আসনের উপর বসতেন। একবার ভক্তগণ এক ফুট উঁচু মার্বেল পাথরের এক চৌকী এনে দিয়েছিলেন। মহারাজজী মাত্র একদিন ব্যবহার করেছিলেন, পরদিনই বলেছিলেন- "না হো! সাধুদের এত উঁচু আসনে বসা উচিত নয়, এতে অভিমান চলে আসে। আবার নীচুতেও বসা উচিত নয়, হীনভাব ও ঘৃণা

উৎপন্ন হয়।" সেটা সরিয়ে বাগানে রেখে দিয়েছিলেন। তিনি সেখানে কখনও যেতেন না। এখনও কেউ যায় না। এইরূপ ছিল সেই মহাপুরুষের শিক্ষা-পদ্ধতি। সাধকের জন্য বেশী উঁচু আসন ব্যবহার উচিত নয়, না হলে ভজন সম্পূর্ণ হবে পরে, আগে অহঙ্কারটাই প্রাধান্য পাবে। এর পরে–

তত্রৈকাগ্রং মনঃ কৃত্বা যতচিত্তেন্দ্রিয়ক্রিয়ঃ।
উপবিশ্যাসনে যুঞ্জ্যাদ্যোগমাত্মবিশুদ্ধয়ে।। ১২।।

সেই আসনে বসে (বসেই ধ্যান করবার বিধান), মনকে একাগ্র করে চিত্ত এবং ইন্দ্রিয়সমূহের ক্রিয়াকে বশে রেখে অন্তঃকরণের শুদ্ধির জন্য যোগাভ্যাস করবেন। কিভাবে উপবেশন করা হবে, তা বলছেন–

সমং কায়শিরোগ্রীবং ধারয়ন্নচলং স্থিরঃ।
সম্প্রেক্ষ্য নাসিকাগ্রং স্বং দিশশ্চানবলোকয়ন্।।১৩।।

দেহ, গ্রীবা ও মস্তককে সোজা, অচল-স্থির করে (যেমন কোন সরলরেখা হয়) এইরূপ সোজা, দৃঢ় হয়ে বসুন এবং স্বীয় নাসিকার অগ্রভাগ দেখেন। (নাসিকার অগ্রভাগ দেখবার নির্দেশ দিচ্ছেন না বরং সোজা বসলে নাকের সোজাসুজি যেখানে দৃষ্টি পড়ে, সেখানেই দৃষ্টি থাকবে। এদিক্-ওদিক্ দেখবার চঞ্চলতা যেন না হয়) অন্য দিকে না দেখেন স্থির হয়ে বসবেন। এবং–

প্রশান্তাত্মা বিগতভীর্ব্রহ্মচারিব্রতে স্থিতঃ।
মনঃ সংযম্য মচ্চিত্তো যুক্ত আসীত মৎপরঃ।। ১৪।।

ব্রহ্মচর্য ব্রতে স্থিত (প্রায়ই লোকে বলে যে জননেন্দ্রিয় সংযমই ব্রহ্মচর্য; কিন্তু মহাপুরুষগণের অনুভূতি এই যে, মন থেকে বিষয়ের স্মরণ করে, চোখ দিয়ে সে রকম দৃশ্য দেখে, ত্বক্ দ্বারা স্পর্শ করে, কানে বিষয়োত্তেজক শব্দ শুনে জননেন্দ্রিয় সংযম সম্ভব নয়। ব্রহ্মচারীর বাস্তবিক অর্থ হল, '**ব্রহ্ম আচরতি স ব্রহ্মচারী**'- ব্রহ্মের আচরণ হ'ল নিয়ত কর্ম, যজ্ঞের প্রক্রিয়া, যার অনুষ্ঠান করে '**যান্তি ব্রহ্ম সনাতনম্**'- সনাতন ব্রহ্মে বিলীন হওয়া যায়। এর অনুষ্ঠানের সময় '**স্পর্শান্ কৃত্বা বহির্বাহ্যান্**'- বাহ্য স্পর্শ, মন এবং ইন্দ্রিয় সমূহের স্পর্শ বাইরেই ত্যাগ করে চিত্তকে ব্রহ্ম চিন্তনে, নিঃশ্বাস-প্রশ্বাসে (প্রাণ-অপানে), ধ্যানে নিযুক্ত করতে হবে। মন ব্রহ্মে নিযুক্ত থাকলে,

বাহ্য স্মরণ কে করবে? যদি তবুও বাহ্য স্মরণ হয়, তাহলে মন নিযুক্ত হয়েছে কোথায়? বিকার দেহে নয়, মনের তরঙ্গের মধ্যে থাকে। মন যদি ব্রহ্মাচরণে রত, তাহলে কেবল জননেন্দ্রিয় সংযমই নয়, বরং সকলেন্দ্রিয় সংযম স্বাভাবিক হয়ে যায়। অতএব ব্রহ্মাচরণে স্থিত থেকে) ভয়রহিত এবং উত্তমরূপে শান্ত অন্তঃকরণযুক্ত, মনকে সংযত করে, আমাতেই চিত্ত নিযুক্ত করে, মৎপরায়ণ হয়ে স্থিত হবেন। এরূপ আচরণের পরিণাম কি?–

যুঞ্জন্নেবং সদাত্মানং যোগী নিয়তমানসঃ।
শান্তিং নির্বাণপরমাং মৎসংস্থামধিগচ্ছতি।। ১৫।।

এইরূপ নিজেকে নিরন্তর সেই চিন্তনে নিযুক্ত করে, সংযত মনযুক্ত যোগী আমাতে স্থিতিরূপ পরাকাষ্ঠাযুক্ত শান্তি প্রাপ্ত হন। সেইজন্য নিজেকে নিরন্তর কর্মে নিযুক্ত করুন। এই প্রশ্নটি এখানেই সম্পূর্ণ হ'ল। এর পরে দুটি শ্লোকে তিনি বলেছেন যে, পরমানন্দযুক্ত শান্তির জন্য শারীরিক সংযম, যুক্তাহার, বিহারও আবশ্যক–

নাত্যশ্নতস্তু যোগোহস্তি ন চৈকান্তমশ্নতঃ।
ন চাতি স্বপ্নশীলস্য জাগ্রতো নৈব চার্জুন।। ১৬।।

অর্জুন! এই যোগ অতিভোজীর সিদ্ধ হয় না এবং একান্ত অনাহারীরও সিদ্ধ হয় না, অত্যন্ত নিদ্রালুর এবং অতি অনিদ্রা-অভ্যাসীরও সিদ্ধ হয় না। তাহলে কার সিদ্ধ হয়?–

যুক্তাহারবিহারস্য যুক্তচেষ্টস্য কর্মসু।
যুক্তস্বপ্নাববোধস্য যোগো ভবতি দুঃখহা।। ১৭।।

দুঃখের নাশক এই যোগ তাঁর পূর্ণ হয়, যিনি পরিমিত আহার-বিহার করেন, কর্মে পরিমিত চেষ্টা করেন এবং যাঁর নিদ্রা ও জাগরণ সংযমিত। অধিক ভোজনে আলস্য, নিদ্রা এবং প্রমাদ ঘিরে ধরে, তখন সাধনা ব্যাহত হয়। আহার ত্যাগ করলেও ইন্দ্রিয়সমূহ দুর্বল হয়ে যায়, অচল-স্থির হয়ে বসবার ক্ষমতা থাকে না। 'পূজ্য মহারাজজী' বলতেন যে, যতটা খোরাক তার থেকে একটা দুটো রুটি কম খাওয়া উচিত। বিহার অর্থাৎ সাধনের অনুকূল বিচরণ, অল্প পরিশ্রমও করা উচিত, কোন কাজ খুঁজে নিতে হয় অন্যথা রক্তসঞ্চার শিথিল হয়ে যাবে, যার ফলে রোগ-ব্যাধির

শিকার হবে। আয়ু নিদ্রা ও জাগরণ, আহার ও অভ্যাসে কম-বেশী হয়। 'মহারাজজী' বলতেন– "যোগীকে চার ঘন্টা শয়ন করা উচিত এবং সবসময় স্মরণ-মনন করা উচিত। যে বৃথা জাগরণ করে, সে শীঘ্রই পাগল হয়ে যায়।" কর্মে পরিমিত চেষ্টা হওয়া দরকার অর্থাৎ নিয়ত কর্ম আরাধনার অনুরূপ নিরন্তর প্রযত্নশীল হওয়া দরকার। বাহ্য বিষয়গুলির স্মরণ না করে সর্বদা তাতেই যিনি নিযুক্ত, তাঁরই যোগে সিদ্ধিলাভ হয়; সঙ্গে সঙ্গে–

যদা বিনিয়তং চিত্তমাত্মন্যেবাবতিষ্ঠতে।
নিঃস্পৃহঃ সর্বকামেভ্যো যুক্ত ইত্যুচ্যতে তদা।। ১৮।।

এই প্রকার যোগের অভ্যাসদ্বারা বিশেষরূপে সংযতচিত্ত যেকালে পরমাত্মাতে উত্তমরূপে স্থিত হন, প্রায় বিলীন হয়ে যান, সেইকালে কামনা থেকে মুক্ত পুরুষকে যোগযুক্ত বলা হয়। এখন বিশেষরূপে বিজিত চিত্তের লক্ষণ কি?–

যথা দীপো নিবাতস্থো নেঙ্গতে সোপমা স্মৃতা।
যোগিনো যতচিত্তস্য যুঞ্জতো যোগমাত্মনঃ।। ১৯।।

যে প্রকার বায়ুশূণ্য স্থানে অবস্থিত প্রদীপের দীপশিখা যেমন কম্পিত হয় না, শিখা ঊর্ধ্বমুখী হয়, তাতে কম্পন হয় না, সেই উপমা দেওয়া হয়েছে পরমাত্মার ধ্যানে প্রবৃত্ত চিত্তজয়ী যোগীর সঙ্গে। প্রদীপ তার উদাহরণ মাত্র। বর্তমান সময়ে প্রদীপের প্রচলন কমে গেছে। বায়ুতে বেগ না থাকলে, ধূপকাঠির ধোঁয়া সোজা উপরের দিকে যায়। এটা যোগীর বিজিত চিত্তের একটা উদাহরণ মাত্র। এখন যদিও চিত্ত জয় করা হয়েছে, নিরোধও হয়ে গেল, কিন্তু এখনও চিত্ত তো বিদ্যমান। যখন এই নিরুদ্ধ চিত্তেরও বিলয় হয়, তখন কি বিভূতি লাভ হয়? দেখুন–

যত্রোপরমতে চিত্তং নিরুদ্ধং যোগসেবয়া।
যত্র চৈবাত্মনাত্মানং পশ্যন্নাত্মনি তুষ্যতি।। ২০।।

যে অবস্থায় যোগাভ্যাসের দ্বারা নিরুদ্ধ চিত্তেরও নিবৃত্তি হয়, বিলীন হয়ে যায়, শেষ হয়ে যায়, সেই অবস্থায় '**আত্মনা**'- স্বীয় আত্মার দ্বারা '**আত্মানম্**'-পরমাত্মার দর্শন করে '**আত্মনি এব**'- স্বীয় আত্মাতেই সন্তুষ্ট হয়। দর্শন করেন পরমাত্মার কিন্তু সন্তুষ্ট হন স্বীয় আত্মাতে। কারণ প্রাপ্তিকালে পরমাত্মার সাক্ষাৎকার হয়, কিন্তু পরক্ষণেই

তিনি নিজের আত্মাকে সেই শাশ্বত ঈশ্বরীয় বিভূতিগুলিতে ওতপ্রোত দেখেন। ব্রহ্ম যেমন অজর, অমর, শাশ্বত, অব্যক্ত ও অমৃতস্বরূপ। তেমনি আত্মাও অজর, অমর, শাশ্বত অব্যক্ত ও অমৃতস্বরূপ। আছে কিন্তু সেই আত্মা অচিন্ত্যও। যতক্ষণ চিত্ত এবং চিত্তের তরঙ্গ বিদ্যমান, ততক্ষণ আপনার উপভোগের জন্য নয়। নিরুদ্ধ চিত্ত এবং নিরুদ্ধ চিত্তেরও বিলুপ্তিকালে পরমাত্মার সাক্ষাৎকার হয় এবং দর্শনের পরেই সেই ঈশ্বরীয় বিভূতিগুলিতে যুক্ত যোগী নিজের আত্মাকে দেখেন। সেই জন্য তিনি নিজের আত্মাতেই সন্তুষ্ট হন। এই তাঁর স্বরূপ। এই হল পরাকাষ্ঠা। এরই পূরক পরের শ্লোকটি দেখুন–

সুখমাত্যন্তিকং যত্তদ্‌বুদ্ধিগ্রাহ্যমতীন্দ্রিয়ম্।
বেত্তি যত্র ন চৈবায়ং স্থিতশ্চলতি তত্ত্বতঃ।। ২১।।

এবং ইন্দ্রিয়সমূহের অতীত, কেবল শুদ্ধ সূক্ষ্মবুদ্ধিদ্বারা গ্রহণ যোগ্য যে অসীম আনন্দ আছে, তা' যে অবস্থায় অনুভব করেন এবং যে অবস্থায় স্থিত হয়ে এই যোগী ভগবৎ স্বরূপকে তত্ত্বসহিত জেনে বিচলিত হন না, সর্বদা তাতে প্রতিষ্ঠিত থাকেন এবং–

যং লব্ধ্বা চাপরং লাভং মন্যতে নাধিকং ততঃ।
যস্মিন্ স্থিতো ন দুঃখেন গুরুণাপি বিচাল্যতে।। ২২।।

পরমেশ্বরের প্রাপ্তিরূপ যে লাভ, পরাকাষ্ঠার শান্তিলাভ করে যোগী অন্য লাভ তদপেক্ষা অধিক মনে করেন না এবং ভগবৎ প্রাপ্তিরূপ যে অবস্থায় স্থিত যোগী মহাদুঃখেও বিচলিত হন না, তাঁর দুঃখবোধ হয় না, কারণ যে চিত্ত বোধ করত, তা বিলীন হয়ে গেছে, এইরূপ–

তং বিদ্যাদ্দুঃখসংযোগবিয়োগং যোগসংজ্ঞিতম্।
স নিশ্চয়েন যোক্তব্যো যোগোঽনির্বিণ্ণচেতসা।। ২৩।।

যা সংসারের সংযোগ ও বিয়োগ থেকে রহিত, তার নাম যোগ। সে সুখ আত্যন্তিক, তার মিলনকে যোগ বলে। যাঁকে পরমতত্ত্ব পরমাত্মা বলা হয়, তাঁর মিলনকে যোগ বলে। সে যোগ অবিচলিত চিত্তদ্বারা নিশ্চয়পূর্বক করা কর্তব্য। যিনি ধৈর্যধারণ করে রত থাকেন, তিনিই যোগে সফল হন।

সঙ্কল্পপ্রভবান্ধামাংস্ত্যক্ত্বা সর্বানশেষতঃ।

মনসৈবেন্দ্রিয়গ্রামং বিনিয়ম্য সমন্ততঃ।। ২৪।।

সেইজন্য মানুষের উচিত যে, সঙ্কল্পজাত সমস্ত কামনাকে বাসনা ও আসক্তি সহিত সর্বদা ত্যাগ করে মনের দ্বারা ইন্দ্রিয়সমূহকে সর্বদিকে ভাল প্রকারে বশে করে–

শনৈঃ শনৈরূপরমেদ্‌বুদ্ধ্যা ধৃতিগৃহীতয়া।

আত্মসংস্থং মনঃ কৃত্বা ন কিঞ্চিদপি চিন্তয়েৎ।। ২৫।।

অভ্যাস করে ধীরে ধীরে উপরত করবে। চিত্ত নিরুদ্ধ এবং বিলীন হয়ে যাবে। তদনন্তর সে ধৈর্যযুক্ত বুদ্ধির দ্বারা মনকে পরমাত্মাতে স্থিত করে অন্য কিছুই চিন্তন করবে না। লাভ করবার বিধান নিরন্তর প্রবৃত্ত থেকেই। কিন্তু শুরুতে মন লাগে না, এই প্রসঙ্গে যোগেশ্বর বলছেন–

যতো যতো নিশ্চরতি মনশ্চঞ্চলমস্থিরম্।

ততস্ততো নিয়ম্যৈতদাত্মন্যেব বশং নয়েৎ।। ২৬।।

এই অস্থির ও চঞ্চল মন যে যে কারণে সাংসারিক পদার্থে ধাবিত হয়, সেই সেই বিষয় থেকে সংযমিত করে বার বার অন্তরাত্মাতেই নিরুদ্ধ করবেন। প্রায়ই লোকে বলে যে, মন যেখানে যেতে চায় যেতে দাও, প্রকৃতির মধ্যেই কোথাও যাবে এবং প্রকৃতিও ব্রহ্মের অন্তর্গত, প্রকৃতিতে বিচরণ করা ব্রহ্মের বাইরে নয়; কিন্তু শ্রীকৃষ্ণের অনুসারে এটা ভুল। গীতায় এই সমস্ত মান্যতাগুলির কোন স্থান নেই। শ্রীকৃষ্ণ বলছেন, মন যে যে বিষয়ে ধাবিত হয়, যে মাধ্যমে যায়, সেই মাধ্যমকেই সংযত করে পরমাত্মাতে নিযুক্ত করবেন। মনকে নিরুদ্ধ করা সম্ভব। এই নিরুদ্ধের পরিণাম কি?–

প্রশান্তমনসং হ্যেনং যোগিনং সুখমুত্তমম্।

উপৈতি শান্তরজসং ব্রহ্মভূতমকল্মষম্।। ২৭।।

যাঁর মন পূর্ণরূপে শান্ত, যিনি পাপমুক্ত, যাঁর রজোগুণ শান্ত হয়ে গেছে, ব্রহ্মের সঙ্গে একীভূত এরূপ যোগী সর্বোত্তম আনন্দলাভ করেন, যার থেকে শ্রেষ্ঠ কিছুই নেই। এই প্রসঙ্গে পুনরায় জোর দিলেন–

যুঞ্জন্নেবং সদাত্মানং যোগী বিগতকল্মষঃ।

সুখেন ব্রহ্মসংস্পর্শমত্যন্তং সুখমশ্নুতে।। ২৮।।

এইরূপে আত্মাকে নিরন্তর সেই পরমাত্মাতে যুক্ত করে নিষ্পাপ যোগী সুখপূর্বক পরব্রহ্ম পরমাত্মার প্রাপ্তির অসীম আনন্দের অনুভব করেন। তিনি **'ব্রহ্মসংস্পর্শ'** অর্থাৎ ব্রহ্মের স্পর্শ এবং তাঁতে স্থিত হওয়ার সঙ্গে অসীম আনন্দের অনুভব করেন। অতএব ভজন অনিবার্য। এই প্রসঙ্গে আরও বলছেন—

সর্বভূতস্থমাত্মানং সর্বভূতানি চাত্মনি।

ঈক্ষতে যোগযুক্তাত্মা সর্বত্র সমদর্শনঃ।। ২৯।।

যোগের পরিণামের সঙ্গে যুক্ত আত্মবান্, সর্বভূতে সমদর্শী যোগী আত্মাকে সর্বভূতে দর্শন করেন এবং সমস্ত ভূতকে আত্মাতেই প্রবাহিত দেখেন। এরূপ দর্শন করলে কি লাভ?—

যো মাং পশ্যতি সর্বত্র সর্বং চ ময়ি পশ্যতি।

তস্যাহং ন প্রণশ্যামি স চ মে ন প্রণশ্যতি।। ৩০।।

যিনি সর্বভূতে পরমাত্মারূপ আমাকে দর্শন করেন, ব্যাপ্ত দেখেন এবং সর্বভূতকে সর্বাত্মা আমাতে দর্শন করেন, তাঁর জন্য আমি অদৃশ্য হই না এবং তিনিও আমার জন্য অদৃশ্য হন না। এটাই প্রেরকের মুখোমুখি মিলন, সখ্যভাব, সামীপ্যমুক্তি।

সর্বভূতস্থিতং যো মাং ভজত্যেকত্বমাস্থিতঃ।

সর্বথা বর্তমানোহপি স যোগী ময়ি বর্ততে।। ৩১।।

যিনি বহুর মধ্যে উপর্যুক্ত একত্বভাবে আমাকে ভজনা করেন, তিনি সর্বপ্রকারের কার্যে নিযুক্ত থেকেও আমাতেই অবস্থিতি করেন; কারণ আমি ব্যতীত তাঁর জন্য আর কেউ নেই, তাঁর সবকিছু বিলীন হয়ে গেছে। সেইজন্য এখন তিনি ওঠাবসা, যা কিছু করেন, আমার সঙ্কল্পেই করেন।

আত্মৌপম্যেন সর্বত্র সমং পশ্যতি যোহর্জুন।

সুখং বা যদি বা দুঃখং স যোগী পরমো মতঃ।। ৩২।।

হে অর্জুন! যিনি নিজের সমান সর্বভূতকে দেখেন, সকল ভূতের সুখ ও দুঃখকে নিজের সুখ ও দুঃখের ন্যায় অনুভব করেন, তিনি (যাঁর ভেদ-ভাব সমাপ্ত হয়ে গেছে) সর্বশ্রেষ্ঠ যোগী। প্রশ্নটি সম্পূর্ণ হল। এই প্রসঙ্গে অর্জুন জিজ্ঞাসা করলেন—

অর্জুন উবাচ

যোহয়ং যোগস্ত্বয়া প্রোক্তঃ সাম্যেন মধুসূদন।
এতস্যাহং ন পশ্যামি চঞ্চলত্বাৎ স্থিতিং স্থিরাম্।। ৩৩।।

হে মধুসূদন! যে যোগ আপনি ব্যাখ্যা করলেন, যাতে সমদর্শী হওয়া যায়, মন চঞ্চল, এই কারণে দীর্ঘকাল স্থায়ী স্থিতিতে আমি নিজেকে দেখছি না।

চঞ্চলং হি মনঃ কৃষ্ণ প্রমাথি বলবদ্দৃঢম্।
তস্যাহং নিগ্রহং মন্যে বায়োরিব সুদুষ্করম্।। ৩৪।।

হে কৃষ্ণ! এই মন অতি চঞ্চল, প্রমথন স্বভাবযুক্ত (প্রমথন অর্থাৎ যা' আলোড়ন সৃষ্টি করে), অবিবেচক এবং প্রবল, সেইজন্য একে বশে করা আমি বায়ুর ন্যায় অতি দুষ্কর মনে করি। ঝড়ের বায়ুকে এবং মনকে নিবৃত্ত করা দুই-ই সমান। এই প্রসঙ্গে যোগেশ্বর শ্রীকৃষ্ণ বলছেন—

শ্রীভগবানুবাচ

অসংশয়ং মহাবাহো মনো দুর্নিগ্রহং চলম্।
অভ্যাসেন তু কৌন্তেয় বৈরাগ্যেণ চ গৃহ্যতে।। ৩৫।।

মহান্, কার্যে প্রযত্নশীল অর্থাৎ মহাবাহু অর্জুন! মন নিঃসন্দেহে চঞ্চল এবং একে বশ করা অতি কঠিন; পরন্তু কৌন্তেয়! মন অভ্যাস ও বৈরাগ্য দ্বারা বশীভূত করা যায়। যেখানে চিত্ত নিযুক্ত করতে হবে, সেখানে স্থির করবার জন্য বার বার প্রযত্ন করাকে অভ্যাস বলে এবং দেখা-শোনা বিষয়-বস্তু থেকে (সংসার অথবা স্বর্গাদি ভোগগুলিতে) রাগ অর্থাৎ আসক্তির ত্যাগ বৈরাগ্য। শ্রীকৃষ্ণ বলছেন যে মনকে বশীভূত করা কঠিন; কিন্তু অভ্যাস ও বৈরাগ্যের দ্বারা একে বশ করা যায়।

অসংযতাত্মনা যোগো দুষ্প্রাপ ইতি মে মতিঃ।
বশ্যাত্মনা তু যততা শক্যোহবাপ্তুমুপায়তঃ।। ৩৬।।

অর্জুন! যে পুরুষ মনকে বশে করে নাই, তার পক্ষে যোগ দুষ্প্রাপ্য; কিন্তু যাঁর মন স্ববশ, সেই প্রযত্নশীল পুরুষ যোগলাভ করতে পারেন, এই আমার অভিমত। যত কঠিন তুমি মনে করছ, তত কঠিন নয়। অতএব একে কঠিন মনে করে ত্যাগ করে দিও না। প্রযত্নপূর্বক এই যোগলাভ কর, কারণ মন বশীভূত হলেই যোগ সম্ভব। এই প্রসঙ্গে অর্জুন জিজ্ঞাসা করলেন–

অর্জুন উবাচ

অযতিঃ শ্রদ্ধয়োপেতো যোগাচ্চলিতমানসঃ।
অপ্রাপ্য যোগসংসিদ্ধিং কাং গতিং কৃষ্ণ গচ্ছতি।। ৩৭।।

যোগ করতে করতে যদি কোন ব্যক্তির মন বিচলিত হয়, যদ্যপি তিনি এখনও শ্রদ্ধাবান্, তথাপি এরূপ ব্যক্তি ভগবৎ সিদ্ধি লাভ না করে কোন্ গতি পেয়ে থাকেন?

কচ্চিন্নোভয়বিভ্রষ্টশ্ছিন্নাভ্রমিব নশ্যতি।
অপ্রতিষ্ঠো মহাবাহো বিমূঢো ব্রহ্মণঃ পথি।। ৩৮।।

মহাবাহু শ্রীকৃষ্ণ! ভগবৎ প্রাপ্তির মার্গ থেকে বিচলিত সেই মোহিত ব্যক্তি ছিন্ন-ভিন্ন মেঘের ন্যায় উভয় দিক্ থেকে নষ্ট-ভ্রষ্ট হয়ে যান কি? এক খণ্ড মেঘ বর্ষাও দিতে পারে না আবার বড় মেঘের সঙ্গে মিশতেও পারে না বরং দেখতে দেখতে হাওয়ায় বিলুপ্ত হয়ে যায়। সেইরূপ শিথিল প্রযত্নশীল, কিছুকাল সাধনা করে স্থগিত করে দিলে তিনি নষ্ট হয়ে যান কি? তিনি আপনার সঙ্গে একীভূত হতে পারেন না এবং ভোগগুলিও ভোগ করতে পারেন না, তাহলে তাঁর গতি কি হয়?

এতন্মে সংশয়ং কৃষ্ণ ছেত্তুমর্হস্যশেষতঃ।
ত্বদন্যঃ সংশয়স্যাস্য ছেত্তা ন হ্যুপপদ্যতে।। ৩৯।।

হে শ্রীকৃষ্ণ! আমার এই সংশয় সম্পূর্ণরূপে দূর করতে একমাত্র আপনিই সমর্থ। আপনি ভিন্ন অন্য কারও পক্ষে এই সংশয় দূর করা সম্ভব নয়। এই প্রসঙ্গে যোগেশ্বর শ্রীকৃষ্ণ বললেন–

শ্রীভগবানুবাচ

পার্থ নৈবেহ নামুত্র বিনাশস্তস্য বিদ্যতে।
ন হি কল্যাণকৃৎকশ্চিদ্দুর্গতিং তাত গচ্ছতি।। ৪০।।

পার্থিব দেহকেই রথ ভেবে লক্ষ্যের দিকে অগ্রসর অর্জুন! সেই পুরুষের না এই লোকে এবং না পরলোকেই নাশ হয়; কারণ হে বৎস! সেই পরম কল্যাণকর নিয়ত কর্মের আচরণ করেন যিনি, তাঁর কখনও দুর্গতি হয় না। তাহলে তাঁর কি হয়?–

প্রাপ্য পুণ্যকৃতাং লোকানুষিত্বা শাশ্বতীঃ সমাঃ।
শুচীনাং শ্রীমতাং গেহে যোগভ্রষ্টোহভিজায়তে।। ৪১।।

মন বিচলিত হলে যোগভ্রষ্ট সেই ব্যক্তি পুণ্যবান্‌গণের লোকাদিতে বাসনাগুলি ভোগ করেন (যে বাসনাগুলির জন্য তিনি যোগভ্রষ্ট হয়েছিলেন, ভগবান্ অল্পসময়ের মধ্যেই সব দেখিয়ে-শুনিয়ে দেন, সেগুলিকে ভোগ করে) তিনি '**শুচীনাং শ্রীমতাম্**'- সদাচারসম্পন্ন শ্রীমান্ পুরুষের গৃহে জন্মগ্রহণ করেন। (শ্রীমান্ তিনি, যিনি শুদ্ধ আচরণ করেন।)

অথবা যোগিনামেব কুলে ভবতি ধীমতাম্।
এতদ্ধি দুর্লভতরং লোকে জন্ম যদীদৃশম্।। ৪২।।

অথবা সেস্থানেও যদি জন্ম না হয়, তাহলে স্থিরবুদ্ধি যোগিগণের কুলে তিনি প্রবেশ পেয়ে যান। শ্রীমান্ পুরুষের গৃহে পবিত্র সংস্কার ছেলেবেলা থেকেই পড়তে থাকে; কিন্তু সেখানে জন্ম না হলে তিনি যোগিগণের কুলে (গৃহে নয়) শিষ্য-পরম্পরায় প্রবেশ পেয়ে যান। কবীর, তুলসী, রৈদাস, বাল্মীকি এঁরা শুদ্ধ আচরণযুক্ত শ্রীমান্‌গণের গৃহে নয়, যোগীকুলে স্থান পেয়েছিলেন। সদ্‌গুরুর কুলে সংস্কারের পরিবর্তনও একটা জন্ম এবং এইরূপ জন্ম সংসারে নিঃসন্দেহে অতিদুর্লভ। যোগীগণের কুলে জন্মের অর্থ কেবল তাদের পুত্ররূপেই উৎপন্ন হওয়া নয়। গৃহত্যাগের পূর্বে যারা পুত্ররূপে জন্মগ্রহণ করে, তারা মোহবশতঃ মহাপুরুষকে পিতা বলে মনে করলেও সেই মহাপুরুষের জন্য ঘর-পরিবারের নামে আপনজন বলে কেউ থাকে না। যে শিষ্য তাঁর আদর্শকে সম্বল করে নিষ্ঠা ভরে তার অনুষ্ঠান করেন, তাঁর মহত্ব পুত্র অপেক্ষা বহুগুণ বেশী, সেই কারণে সেই শিষ্যই তাঁর বাস্তবিক পুত্র।

যে ব্যক্তি যোগের সংস্কারের সঙ্গে যুক্ত নয়, তাকে মহাপুরুষগণ শিষ্য বলে গ্রহণ করেন না। 'পূজ্য মহারাজজী' যদি কেবল গেরুয়াধারী সাধুর সংখ্যা-বৃদ্ধি করতে

চাইতেন, তাহলে হাজার হাজার ব্যক্তি তাঁর শিষ্যত্ব গ্রহণ করতেন; কিন্তু তিনি কাউকে গাড়ি ভাড়া দিয়ে, কারও বাড়ীতে চিঠি দিয়ে, বুঝিয়ে, ঘরে পাঠিয়ে দিয়েছিলেন। কেউ জিদ করলে তিনি যত রকম কুলক্ষণই দেখতে পেতেন। অন্তর থেকে নিষেধ হত যে, এর মধ্যে সাধু হওয়ার একটা লক্ষণও নেই, একে রাখা ঠিক হবে না, এ পার হতে পারবে না। নিরাশ হয়ে দু'একজন পাহাড় থেকে ঝাঁপ দিয়ে জীবনত্যাগও করেছিল, কিন্তু মহারাজজী তাদেরও নিজের আশ্রমে স্থান দেননি। পরে জানতে পেরে বলেছিলেন- "যদিও জানতাম খুবই ব্যাকুল, তবুও মরে যাবে জানলে পরে রেখে নিতাম। একজন পতিত ব্যক্তিই থাকত আর কি হত।" মমত্ব তাঁর মধ্যেও খুব বেশী ছিল, তবুও রাখেননি। ৬-৭ জন যাঁদের জন্য আদেশ হয়েছিল যে- "আজ একজন যোগভ্রষ্ট ব্যক্তি আশ্রমে আসছে, জন্ম-জন্মান্তর থেকে ভ্রমিত হয়ে চলে আসছে। এই তার নাম, এই তার রূপ, তাকে স্থান দিয়ে ব্রহ্মবিদ্যার উপদেশ দাও, তাকে এগিয়ে দাও।" কেবল তাদেরই রেখেছিলেন। আজও তাঁদের মধ্যে একজন মহাপুরুষ ধারকুণ্ডীতে আছেন, একজন অনুসুইয়াতে, দু-তিনজন অন্যত্রও আছেন। এঁরাই বাস্তবিকরূপে সদ্‌গুরুর কুলে স্থান পেয়েছিলেন। এরূপ মহাপুরুষের সান্নিধ্য-লাভ অতি দুর্লভ।

তত্র তং বুদ্ধিসংয়োগং লভতে পৌর্বদেহিকম্।

যততে চ ততো ভূয়ঃ সংসিদ্ধৌ কুরুনন্দন।। ৪৩।।

যোগভ্রষ্ট পুরুষ পূর্বজন্মে যে সাধন করেছিলেন সেই বুদ্ধির সংযোগকে সেখানে অনায়াসেই লাভ করেন এবং হে কুরুনন্দন! তার প্রভাবে তিনি পুনরায় '**সংসিদ্ধৌ**'- ভগবৎপ্রাপ্তিরূপ পরমসিদ্ধি লাভের জন্য প্রযত্ন করেন।

পূর্বাভ্যাসেন তেনৈব হ্রিয়তে হ্যবশোঽপি সঃ।

জিজ্ঞাসুরপি যোগস্য শব্দব্রহ্মাতিবর্ততে।। ৪৪।।

শ্রীমানের গৃহে বিষয়ের বশীভূত হয়েও তিনি পূর্বজন্মের সেই অভ্যাসদ্বারা ভগবৎপথের দিকে আকর্ষিত হন এবং যোগে শিথিল প্রযত্নশীল সেই জিজ্ঞাসু ও বাণীর বিষয়কে পার করে নির্বাণপদ প্রাপ্ত হন। এটাই তাঁর প্রাপ্তির উপায়। এক জন্মে কেউ লাভ করেনও না।

প্রযত্নাদ্যতমানস্তু যোগী সংশুদ্ধকিল্বিষঃ।

অনেকজন্মসংসিদ্ধস্ততো যাতি পরাং গতিম্।। ৪৫।।

অনেক জন্ম থেকে প্রযত্নশীল যোগী পরমসিদ্ধি লাভ করেন। যিনি প্রযত্নপূর্বক অভ্যাস করেন, তিনি সমস্ত পাপ থেকে মুক্ত হয়ে পরমগতি লাভ করেন। এটাই প্রাপ্তির ক্রম। সর্বপ্রথম শিথিল প্রযত্নদ্বারা যোগের আরম্ভ হয়, মন বিচলিত হয়ে পথভ্রষ্ট হলে পুনরায় জন্মগ্রহণ করতে হয়, পরে সদ্‌গুরুর কুলে প্রবেশ পাওয়া যায় এবং প্রত্যেক জন্মে অভ্যাসে প্রবৃত্ত থেকে সেখানেই পৌঁছান, যাকে পরমগতি, পরমধাম বলা হয়। শ্রীকৃষ্ণ বলেছেন যে, এই যোগে বীজের নাশ হয় না। আপনি এই পথে শুধু দু-পা চলুন, সেই সাধনের কখনও নাশ হবে না। যে কোন পরিস্থিতিতে পুরুষ এতটা নিশ্চয়ই করতে পারেন, কারণ অল্প সাধন নানা পরিস্থিতিতে ঘিরে থাকে যে ব্যক্তি সেই করতে পারে, কারণ তার সময় নেই। আপনি কালো, ফর্সা যা-ই হোন, এই পৃথিবীতে কোথাও আপনার বসতি হোক, এই গীতাশাস্ত্র সকলের জন্য। আপনার জন্যও, শর্ত এই যে, আপনি মানুষ হবেন। উৎকট প্রযত্নশীল যিনি হোন; কিন্তু শিথিল প্রযত্নশীল কেবল গৃহস্থই হয়। গীতা গৃহস্থ-বৈরাগ্যবান্, শিক্ষিত-অশিক্ষিত, সর্বসাধারণ মানুষমাত্রের জন্য। শুধু সাধু নামের বিশেষ প্রাণীর জন্য নয়। শেষে যোগেশ্বর শ্রীকৃষ্ণ নির্ণয় করলেন—

তপস্বিভ্যোহধিকো যোগী জ্ঞানিভ্যোহপি মতোহধিকঃ।

কর্মিভ্যশ্চাধিকো যোগী তস্মাদ্যোগী ভবার্জুন।। ৪৬।।

যোগী তপস্বীগণ অপেক্ষা শ্রেষ্ঠ। জ্ঞানীগণ অপেক্ষা এবং কর্মিগণ অপেক্ষাও যোগী শ্রেষ্ঠ। অতএব অর্জুন! তুমি যোগী হও।

তপস্বী— তপস্বী মনসহিত ইন্দ্রিয়সমূহকে সংযম করে যোগ স্থিতিতে পৌঁছাবার জন্য তপস্যা করেন। এখনও যোগযুক্ত হননি।

কর্মী— কর্মী এই নিয়ত কর্মকে জেনে তাতে প্রবৃত্ত হন। তিনি নিজের সামর্থ্যের বিবেচনা না করেই প্রবৃত্ত হন এবং সমর্পণের ভাব নিয়েও প্রবৃত্ত হন না। কর্ম করেন মাত্র।

জ্ঞানী– জ্ঞানমার্গী সেই নিয়ত কর্ম, যজ্ঞের প্রক্রিয়া-বিশেষ উত্তমরূপে অবগত হয়ে, নিজের ক্ষমতা বিবেচনা করে তাতে প্রবৃত্ত হন। তাঁর লাভ-লোকসানের দায়িত্ব তাঁর নিজের উপরই থাকে। তাতেই দৃষ্টি নিবদ্ধ করে চলেন।

যোগী– নিষ্কাম কর্মযোগী ইষ্টের উপর নির্ভর করে, পূর্ণসমর্পণের সঙ্গে সেই নিয়ত কর্ম 'যোগসাধনা'তে প্রবৃত্ত হন। তাঁর যোগক্ষেমের দায়িত্ব স্বয়ং ভগবান্ এবং যোগেশ্বর বহন করেন। পতনের পরিস্থিতি এলেও তাঁর পতনের ভয় নেই, কারণ যে পরমতত্ত্ব লাভের তিনি ইচ্ছুক, সেই পরমতত্ত্ব তাঁর সব ভারবহন করেন।

তপস্বী নিজেকে যোগযুক্ত করবার জন্য প্রযত্নশীল। কর্মী শুধু কর্ম জেনেই এতে প্রবৃত্ত। উভয়েরই পতনের সম্ভবনা অধিক; কারণ এদের মধ্যে সমর্পণের ভাব থাকে না এবং নিজের লাভ-লোকসান বুঝবার ক্ষমতাও নেই; কিন্তু জ্ঞানী যোগের পরিস্থিতি সম্বন্ধে অবগত, নিজের সামর্থ্য বোঝেন, তাঁর সব ভার তাঁর নিজের উপরই থাকে। এবং নিষ্কাম কর্মযোগী নিজেকে ইষ্টের উপর ছেড়ে দেন, এই ভেবে যে, ইষ্টদেবই সব ভার, সব দায়িত্ব নেবেন। পরমকল্যাণের পথে উভয়েই ঠিক চলেন; কিন্তু যাঁর সবভার ইষ্ট নেন, তিনি এদের সকলের চেয়ে শ্রেষ্ঠ, কারণ প্রভু তাঁকে গ্রহণ করেছেন। তাঁর লাভ-লোকসান সবকিছু প্রভু দেখেন, সেইজন্য যোগী শ্রেষ্ঠ। সেইজন্য অর্জুন! তুমি যোগী হও। সমর্পণের সঙ্গে যোগের আচরণ ক'র।

যোগী শ্রেষ্ঠ; কিন্তু তাঁর থেকেও শ্রেষ্ঠ তিনি, যিনি অন্তর থেকে প্রবৃত্ত হন। এই প্রসঙ্গে বলছেন–

যোগিনামপি সর্বেষাং মদ্গতেনান্তরাত্মনা।

শ্রদ্ধাবান্ ভজতে যো মাং স মে যুক্ততমো মতঃ।। ৪৭।।

সম্পূর্ণ নিষ্কাম কর্মযোগীগণের মধ্যেও যিনি শ্রদ্ধাবিভোর হয়ে অন্তর থেকে, অন্তর্চিন্তনদ্বারা নিরন্তর আমার ভজনা করেন, সেই যোগী পরমশ্রেষ্ঠ, এটা আমার অভিমত। ভজন আড়ম্বর অথবা প্রদর্শন নয়। আড়ম্বর অথবা প্রদর্শনে সমাজ অনুকূল হতে পারে; কিন্তু প্রভু প্রতিকূল হয়ে যান। ভজন অত্যন্ত গোপনীয়ভাবে অনুষ্ঠিত হয় এবং তা' অন্তঃকরণ থেকেই হয়। এর উত্থান-পতন অন্তঃকরণের উপর নির্ভর করে।

নিষ্কর্ষ –

বর্তমান অধ্যায়ের প্রারম্ভে যোগেশ্বর শ্রীকৃষ্ণ বলেছেন যে, ফলের আশা-ত্যাগ করে যিনি 'কার্যম্ কর্ম' অর্থাৎ করণীয় প্রক্রিয়া-বিশেষের আচরণ করেন, তিনিই সন্ন্যাসী এবং সেই কর্মের কর্তা বাস্তবিক যোগী। সকলক্রিয়া ত্যাগী অথবা অগ্নিত্যাগী যোগী অথবা সন্ন্যাসী হন না। সংকল্প-ত্যাগ না করলে কোন পুরুষ যোগী অথবা সন্ন্যাসী হতে পারেন না। 'আমি সকল্প করি না' বললেই সংকল্প-ত্যাগ হয় না। যিনি যোগে আরূঢ় হতে চান, তাঁকে সর্বদা 'কার্যম্ কর্ম'-এর আচরণে তৎপর থাকা উচিত। এই কর্মে অনবরত নিযুক্ত থাকলেই একদিন যোগী যোগারূঢ় হন এবং তখনই সর্বসঙ্কল্পের অভাব হয়, এর পূর্বে নয়। সর্বসংকল্পের অভাবই সন্ন্যাস।

যোগেশ্বর পুনরায় বলছেন যে, আত্মা অধোগতিতে যায় এবং তার উদ্ধারও হয়। যিনি ইন্দ্রিয়সমূহ এবং মন জয় করেছেন, তাঁর আত্মা তাঁর সঙ্গে বন্ধুর মত ব্যবহার করে এবং পরমকল্যাণকর হয়। যিনি জয় করেননি, তাঁর আত্মা তাঁরজন্য শত্রু হয়ে শত্রুতা করে, যাতনার কারণ হয়ে দাঁড়ায়। অতএব মানুষের উচিত যাতে আত্মা অধোগতিতে না যায় তার চেষ্টা করা, উদ্ধারের জন্য কর্ম করা উচিত।

যোগেশ্বর ভগবৎ প্রাপ্তযোগীর স্থিতি স্পষ্ট করলেন। 'যজ্ঞস্থান', উপবেশন করবার আসন ও উপবেশনের নিয়ম সম্বন্ধে তিনি বললেন যে, স্থান যেন নির্জন ও পবিত্র হয়। বস্ত্র, মৃগচর্ম অথবা কুশাসনের মধ্যে যে কোন একটা হওয়া উচিত। কর্মের অনুরূপ চেষ্টা, যুক্তাহার-বিহার, নিদ্রা-জাগরণের সংযমের উপর তিনি জোর দিলেন। যোগীর নিরুদ্ধ চিত্তের উপমা তিনি বায়ুশূণ্য স্থানের অকম্পিত প্রদীপ-শিখার সঙ্গে দিলেন। এবং এই প্রকার নিরুদ্ধ চিত্তও যখন বিলীন হয়ে যায়, তখন তিনিই যোগের পরাকাষ্ঠা অর্থাৎ অসীম আনন্দ লাভ করেন। সংসারের সংযোগ-বিয়োগ শূণ্য অনন্তসুখকে মোক্ষ বলে। যোগের অর্থ হ'ল তার সঙ্গে মিলন। যিনি এর সঙ্গে একীভূত হন, তিনি সমদর্শী হন। নিজের আত্মা যেরূপ, সেইরূপ সকলের আত্মাকে দেখেন। তিনি পরম পরাকাষ্ঠারূপ শান্তি প্রাপ্ত হন। অতএব যোগ আবশ্যক। মন যেখানেই যাক, সেখান থেকেই আকর্ষণ করে বার বার একে নিরুদ্ধ করবার প্রযত্ন করা উচিত। শ্রীকৃষ্ণ স্বীকার করলেন যে মনকে বশীভূত করা কঠিন, কিন্তু একে বশীভূত করা সম্ভব। মন অভ্যাস ও বৈরাগ্যদ্বারা বশীভূত হয়। শিথিল প্রযত্নশীল

ব্যক্তিও বহুজন্মের অভ্যাসের পর সেখানেই পৌঁছান, যাকে পরমগতি অথবা পরমধাম বলে। তপস্বীগণ, জ্ঞানমার্গীগণ এবং কেবল কর্মীগণ অপেক্ষা যোগী শ্রেষ্ঠ। সেইজন্য অর্জুন! তুমি যোগী হও। সমর্পণের সঙ্গে অন্তর থেকে যোগের আচরণ কর। প্রস্তুত অধ্যায়ে যোগেশ্বর শ্রীকৃষ্ণ প্রমুখরূপে যোগ-প্রাপ্তির জন্য অভ্যাসের উপর জোর দিলেন। অতএব–

ওঁ তৎসদিতি শ্রীমদ্‌ভগবদ্‌গীতাসূপনিষৎসু ব্রহ্মবিদ্যায়াং যোগশাস্ত্রে শ্রীকৃষ্ণার্জুন সম্বাদে 'অভ্যাসযোগো' নাম ষষ্ঠোঽধ্যায়ঃ।। ৬।।

এইরূপ শ্রীমদ্‌ভগবদ্‌গীতারূপী উপনিষদ্ এবং ব্রহ্মবিদ্যা তথা যোগশাস্ত্র বিষয়ক শ্রীকৃষ্ণ ও অর্জুনের সংবাদে 'অভ্যাসযোগ' নামক ষষ্ঠ অধ্যায় পূর্ণ হল।

ইতি শ্রীমৎপরমহংস পরমানন্দস্য শিষ্য স্বামী অড়গড়ানন্দকৃতে শ্রীমদ্‌ভগবদ্‌গীতায়াঃ 'যথার্থ গীতা' ভাষ্যে 'অভ্যাসযোগো' নাম ষষ্ঠোঽধ্যায়ঃ।।৬।।

এই প্রকার শ্রীমৎপরমহংস পরমানন্দজীর শিষ্য স্বামী অড়গড়ানন্দকৃত 'শ্রীমদ্‌ভগবদ্‌গীতা'র ভাষ্য 'যথার্থ গীতা'তে 'অভ্যাস যোগ' নামক ষষ্ঠম অধ্যায় সমাপ্ত হল।

।। হরিঃ ওঁ তৎসৎ।।